



INDIKÁCIE

1. Degeneratívne zmeny chrbtice (osteocondróza, facetová artróza, spinálna stenóza, spondylolistéza, foramenstenóza)
2. Artróza kĺbov chrbtice
3. Poškodenie platničky, hernie, prolaps bez jednoznačnej operačnej indikácie
4. Pooperačné stavy (3 mesiace po operácii, podľa doporučenia operátora)
5. Nešpecifické bolesti chrbta, svalová dysbalancia, zlé držanie tela
6. Bolesti hlavy, migréna
7. Osteopénia

KONTRAINDIKÁCIE

Primárne kontraindikácie:

1. Onkologické ochorenia
2. Neoplazma chrbtice
3. Spinálna infekcia
4. Kaudálny, medulárny, radikulárny syndróm s progredujúcimi neurologickými deficitmi
5. Aneurizma, vydutie aorty
6. Očné a brušné operácie - je možné cvičiť po 6 týždňoch
7. Celkový stav oslabenia pri chronických a systémových ochoreniach
8. Akútne ochorenia, chrípka, zápaly, teploty
9. Skoré pooperačné stavy chrbtice
10. Tehotenstvo
11. Kardio stimulátor
12. Trombóza
13. Akútne nekonsolidované zlomeniny chrbtice
14. Absolútna spinálna stenóza
15. Osteoporóza

Relatívne kontraindikácie:

1. Akútny koreňový syndróm
2. Ťažké srdcovo-obehové ochorenia, hypertenzia, arytmia
3. Pľúcne ochorenia, astma
4. Stavy nedovoľujúce zvýšenie intraabdominálneho tlaku
5. Psychózy, klaustrofóbia